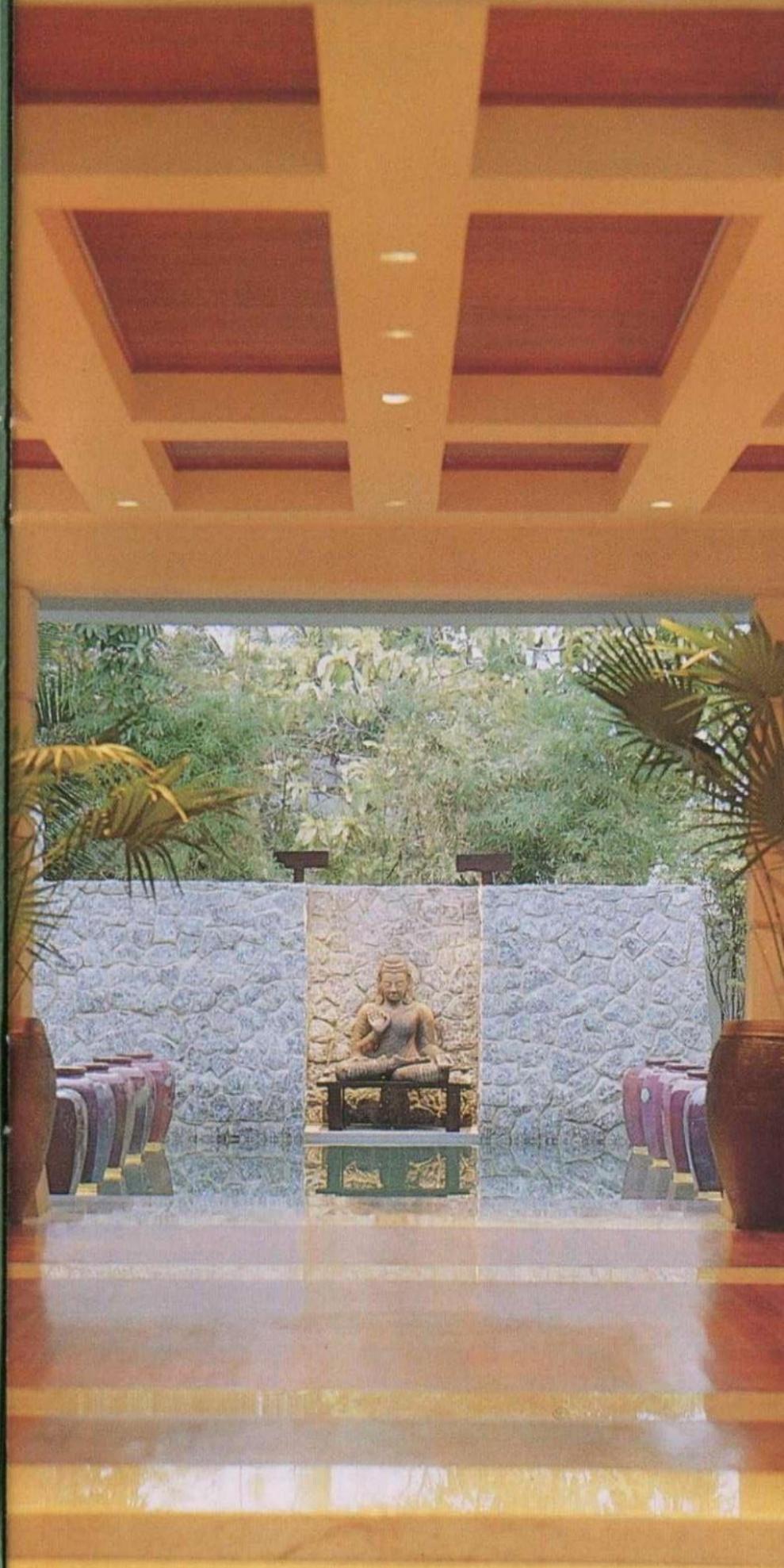


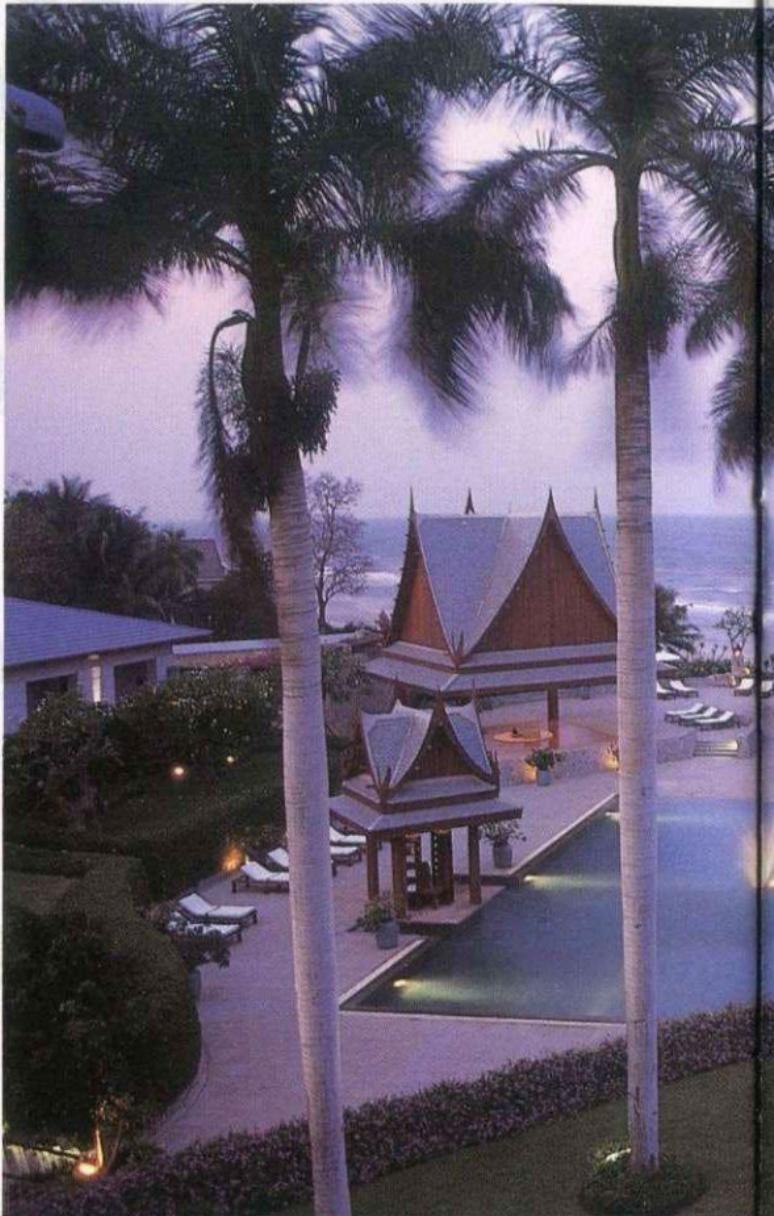


Chiva-Som

Haven of Life

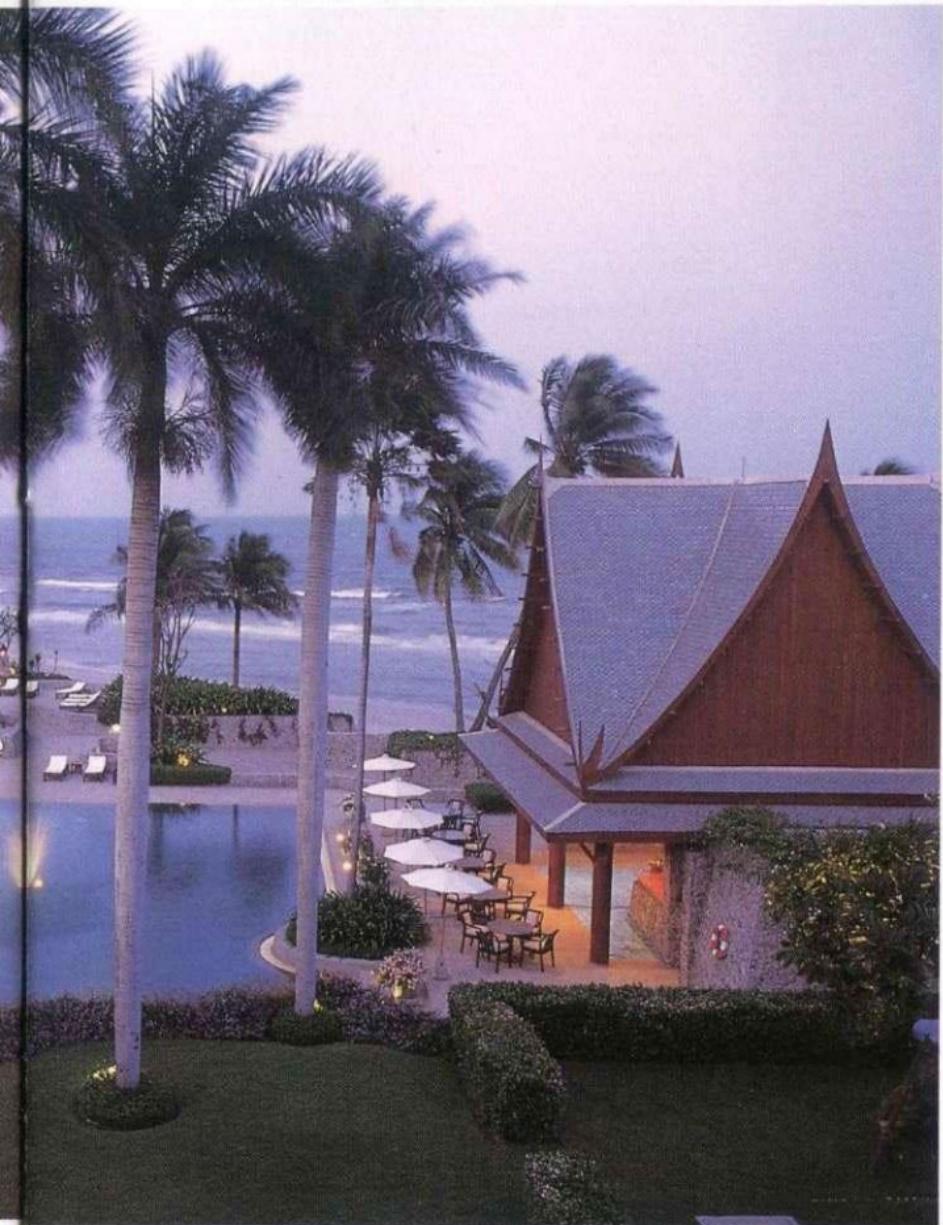






Welcome to Chiva-Som. Wealth without health is meaningless. We invite you to enjoy life more fully and very likely live longer, with the Chiva-Som experience.

Whether it is pampering or weight loss, stress reduction or relaxation, every facet is catered for here. As a dedicated health resort, Chiva-Som provides a controlled environment where actual health



benefits can be gained. Yet no expense has been spared to ensure that this environment is one of exquisite luxury, combining the best of traditional Thai hospitality with world-class health facilities, treatments and services.

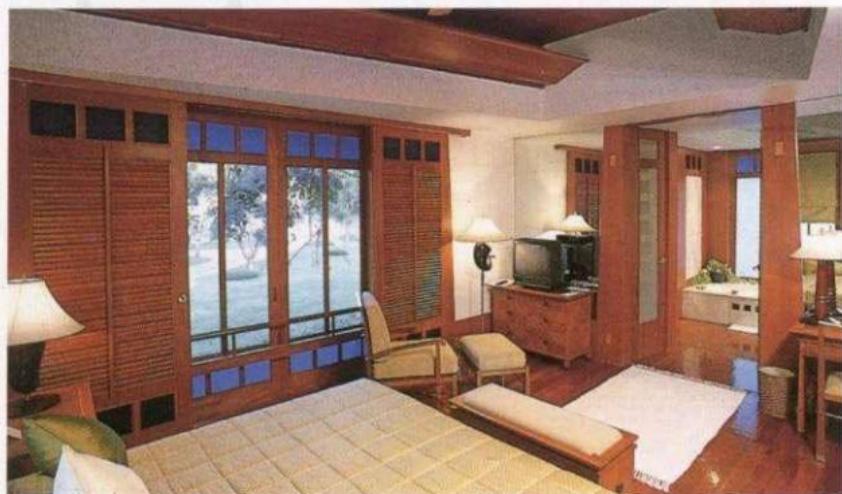
Whatever you wish of a holiday, our experts will help you to achieve maximum results and to continue the benefits when you return home.



A class of its own. From the moment you step into Chiva-Som, you know you've entered into an idyllic setting perfect for a natural and healthy lifestyle.

Don't expect too many to share your haven of life, however. Situated on a seven-acre site on the royal beach resort of Hua Hin, Chiva-Som offers just 57 accommodation units. Thai-style pavilions provide privacy with traditional charm, while all ocean view rooms and suites give you a view of sunrise over the Gulf of Thailand.

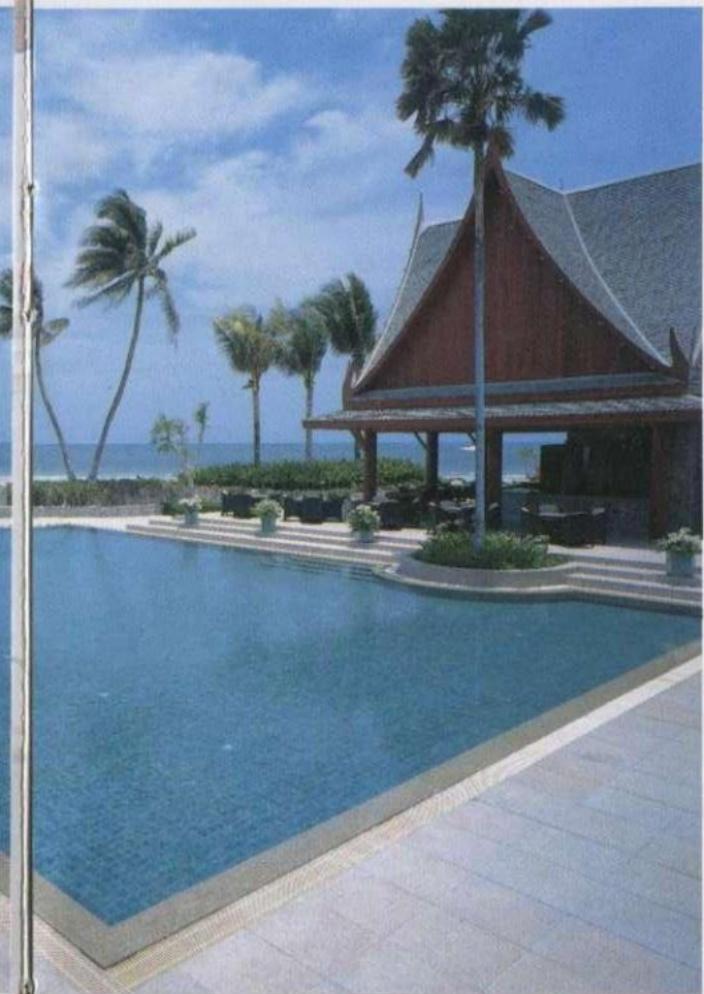
Chiva-Som's specialised international and Thai designers have worked together to deliver a masterpiece of compelling simplicity in architecture, coupled with a sophistication of detail in finishing and furnishing. Chiva-Som will banish forever the clinical and isolated image of many other spas. Completed at a cost of 26 million US dollars, Chiva-Som takes its place among the leading health resorts of the world.





Positive health



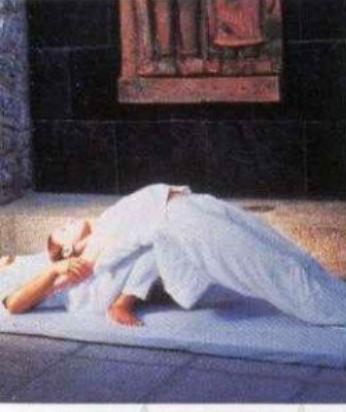


Working the body and mind



The Chiva-Som philosophy is based on positive mental and physical health. We encourage prevention rather than cure by helping you take responsibility and action for the quality of your life.

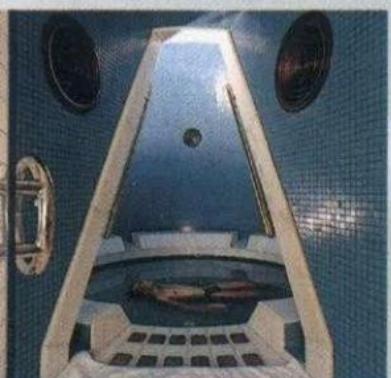
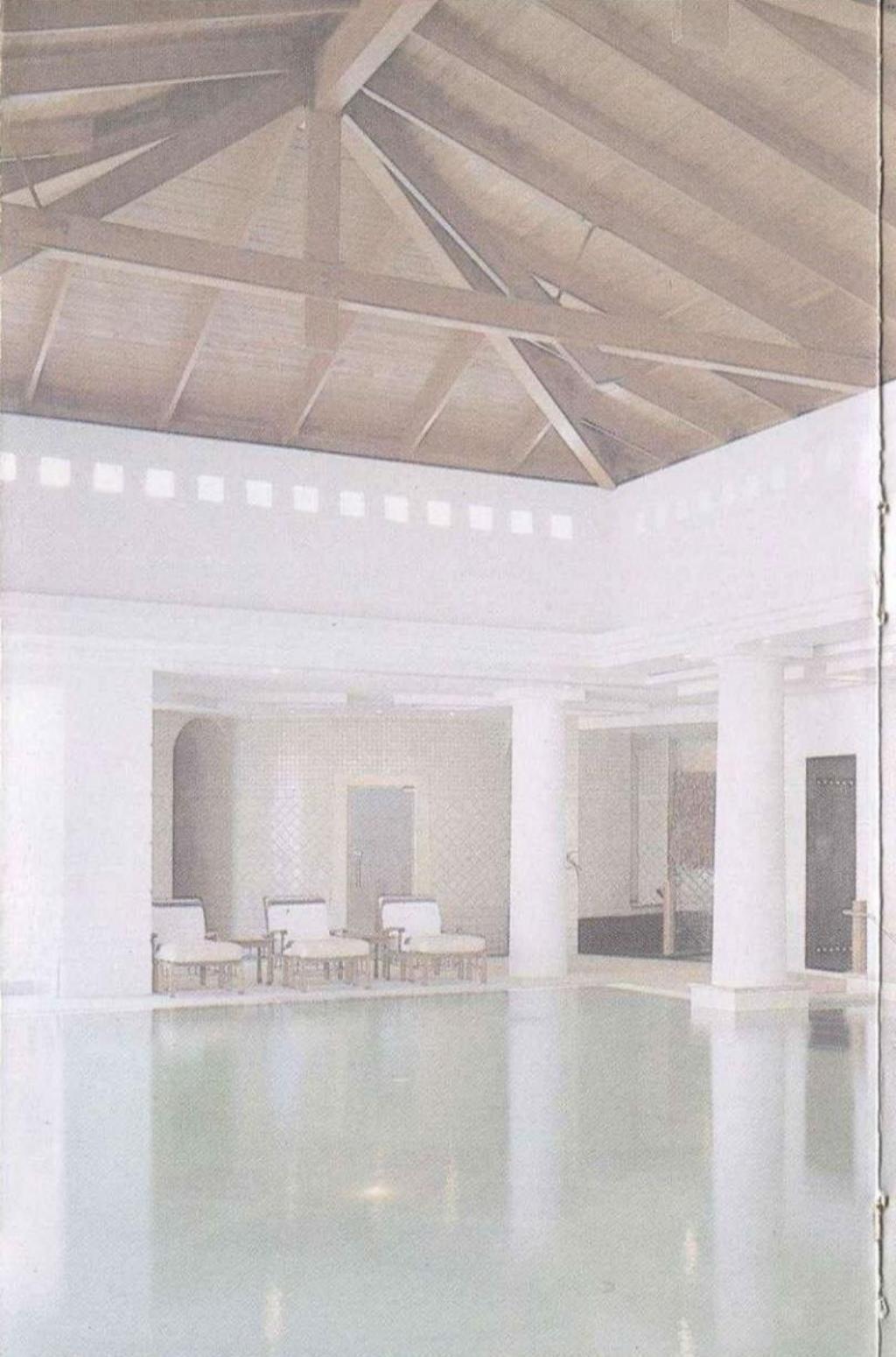
On arrival, you receive a private consultation from a member of the medical staff to advise a treatment and activity schedule suited to your individual requirements and personal goals. Our team of doctors, nurses, dieticians and other professionals can provide specialist advice as well as the latest treatments aimed at improving the efficiency of the immune system, rejuvenation and anti-ageing.

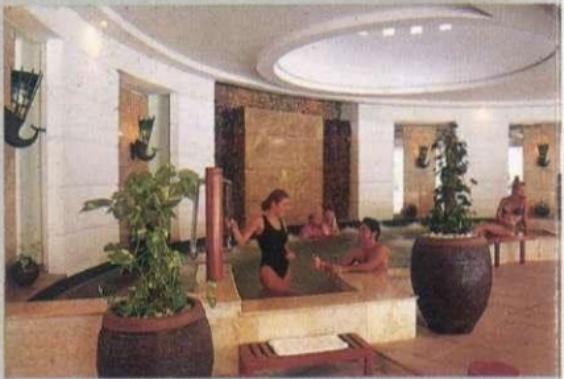
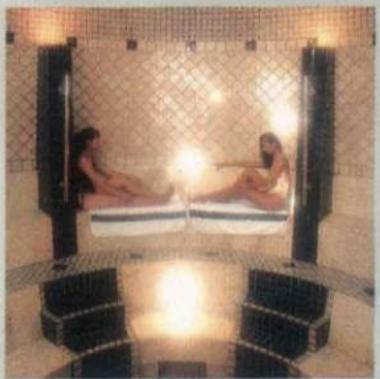
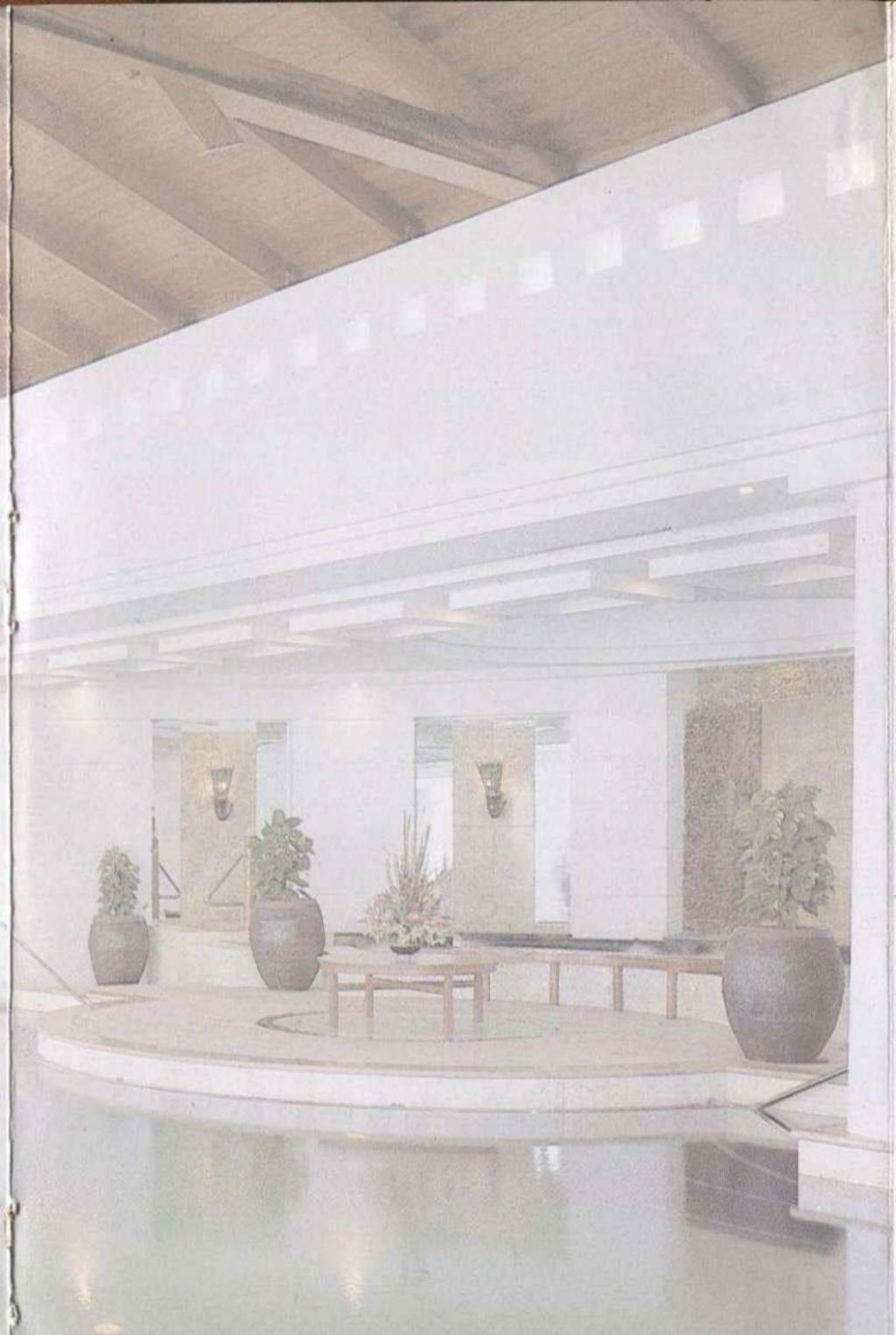


The staff in our ultra-modern Spa have been trained to world-class standards in the latest technologies and are supervised by an international management team. Divided into separate heat treatment areas for men and women, the Spa includes 15 treatment rooms for face and body massages, scrubs and wraps, reflexology, aromatherapy, electrical face and body reshaping and toning. There is also a hydrotherapy suite with computerised spa massage baths, a jet shower room, a musical therapy room and a unique floatation chamber for de-stressing.



The Spa also includes a beauty bar, hairdressing, manicure and pedicure facilities. Special to Chiva-Som are outdoor massage pavilions, for the ultimate hedonistic experience in natural surroundings.



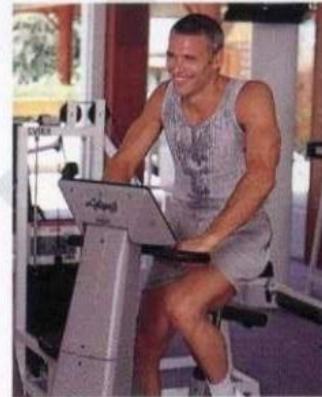
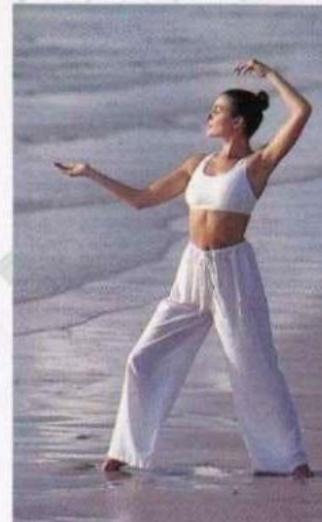


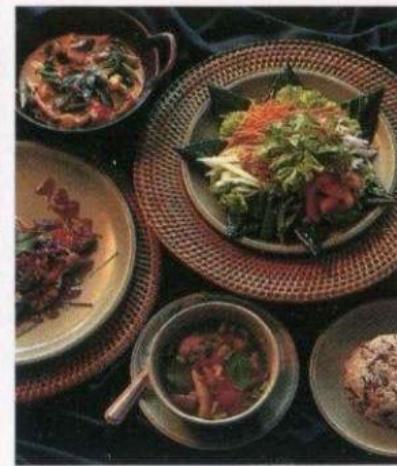
From the high-tech, air-conditioned gym to an invigorating power walk along the beach, one of the key elements of the Chiva-Som experience involves fitness and exercise for all levels and ages. Throughout the day, you can choose from a wide range of classes, from energising aerobics to contemplative yoga.

Water plays an important role at Chiva-Som. The splendid Bathing Pavilion includes an indoor pool for aqua aerobics, a multi-level unisex steam room, a plunge pool, a Kneipp bath of pebbles in cold and hot pools to massage the feet and a large hydropool.

In the great outdoors is an aquamarine-tiled pool by the sparkling sea for swimmers and sunbathers. Watersports are also available here. Other sports activities can be arranged at nearby facilities, including golf as some of the best golf courses in the country are located in the Hua Hin area.

Chiva-Som aims to educate as well, and lectures by experts in different fields are scheduled on a regular basis. These can range from talks on holistic healing and stress reduction to beauty or the culinary arts. Recreational activities include board games in the library, arts and crafts pursuits or shopping at the Chiva-Som boutique with its variety of unusual products.

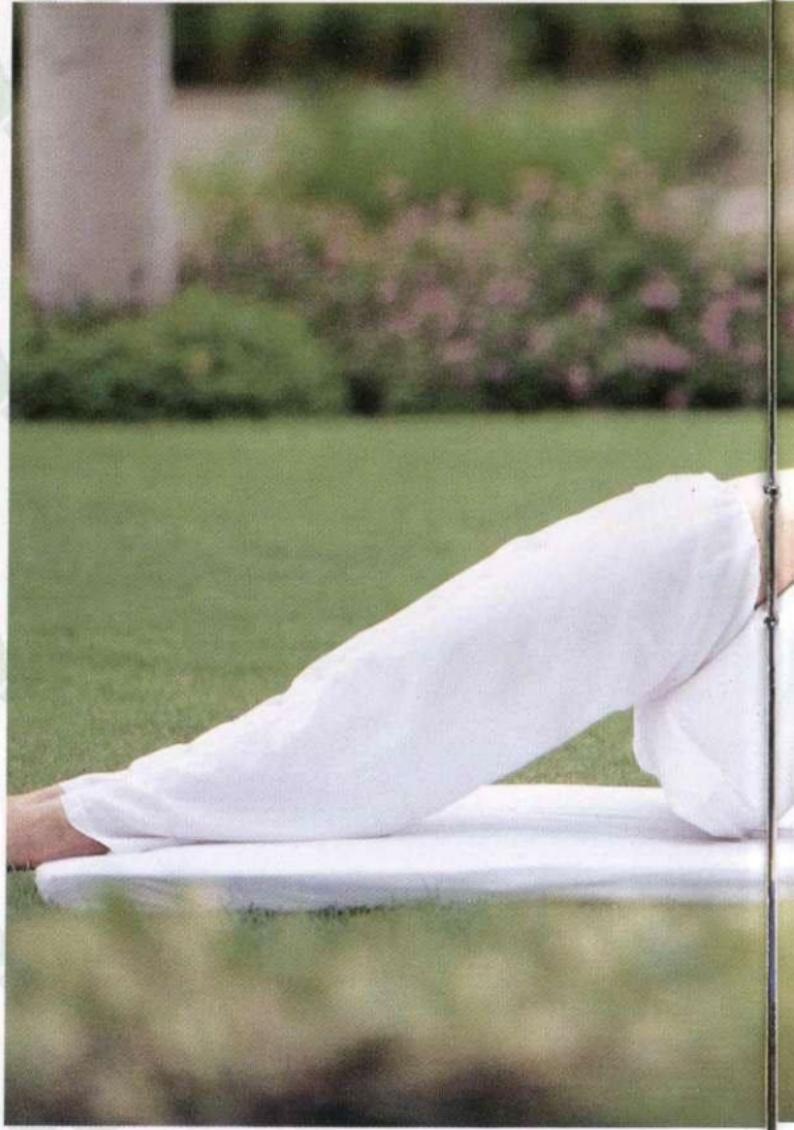




Spa cuisine at its best. Contrary to popular belief, healthy eating need not be boring. A meal of Chiva-Som's acclaimed spa cuisine of Asian and Western specialities proves that low-calorie, nutritious food can be a gourmet experience. To ensure the quality of the food, our fruits and vegetables are grown at our own organic garden.

Chiva-Som's rates include three meals of spa cuisine, served at the emerald-green Dining Room with an air-conditioned area and an outdoor terrace. For those who can do with extra calories during the day, the Seafront Restaurant serves healthy snacks and beverages, while fresh fruit juices and coffee and tea are available all day at the Open Lounge.

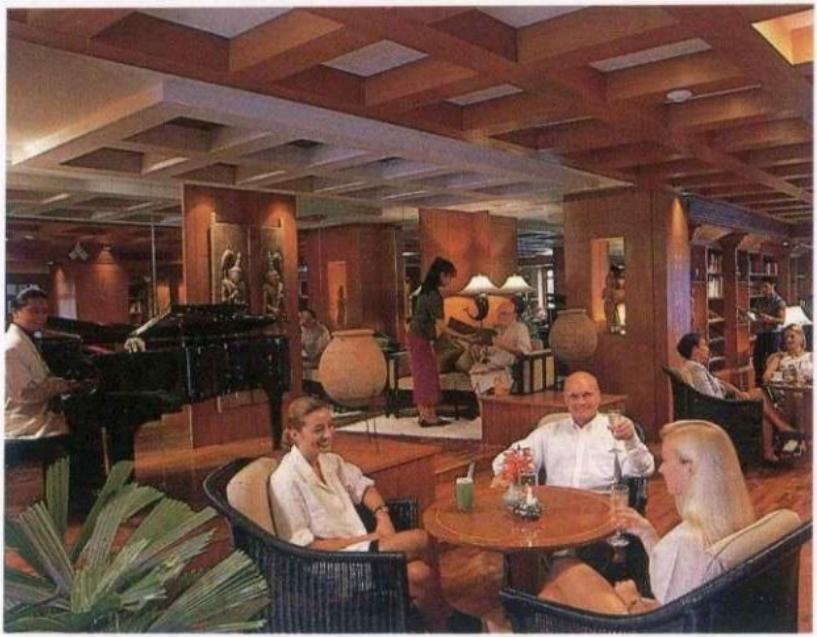
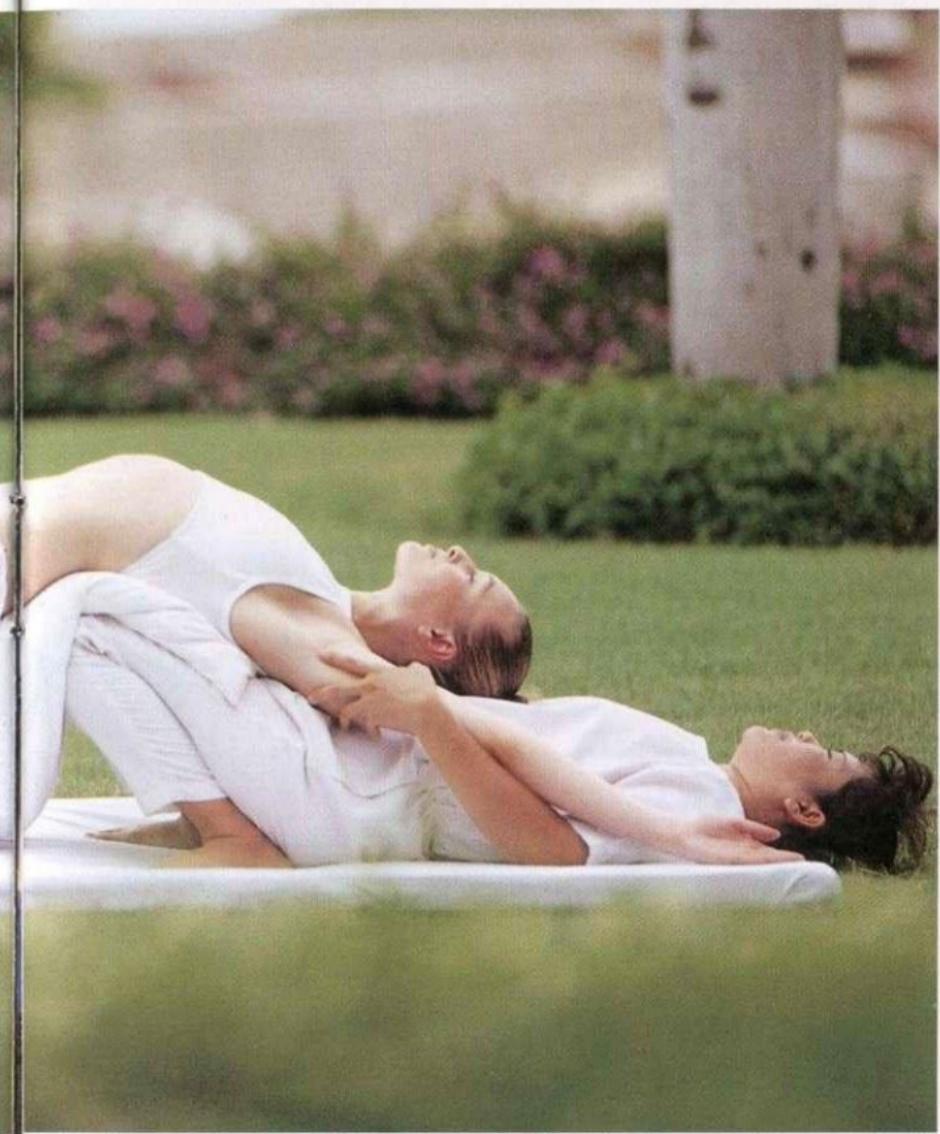


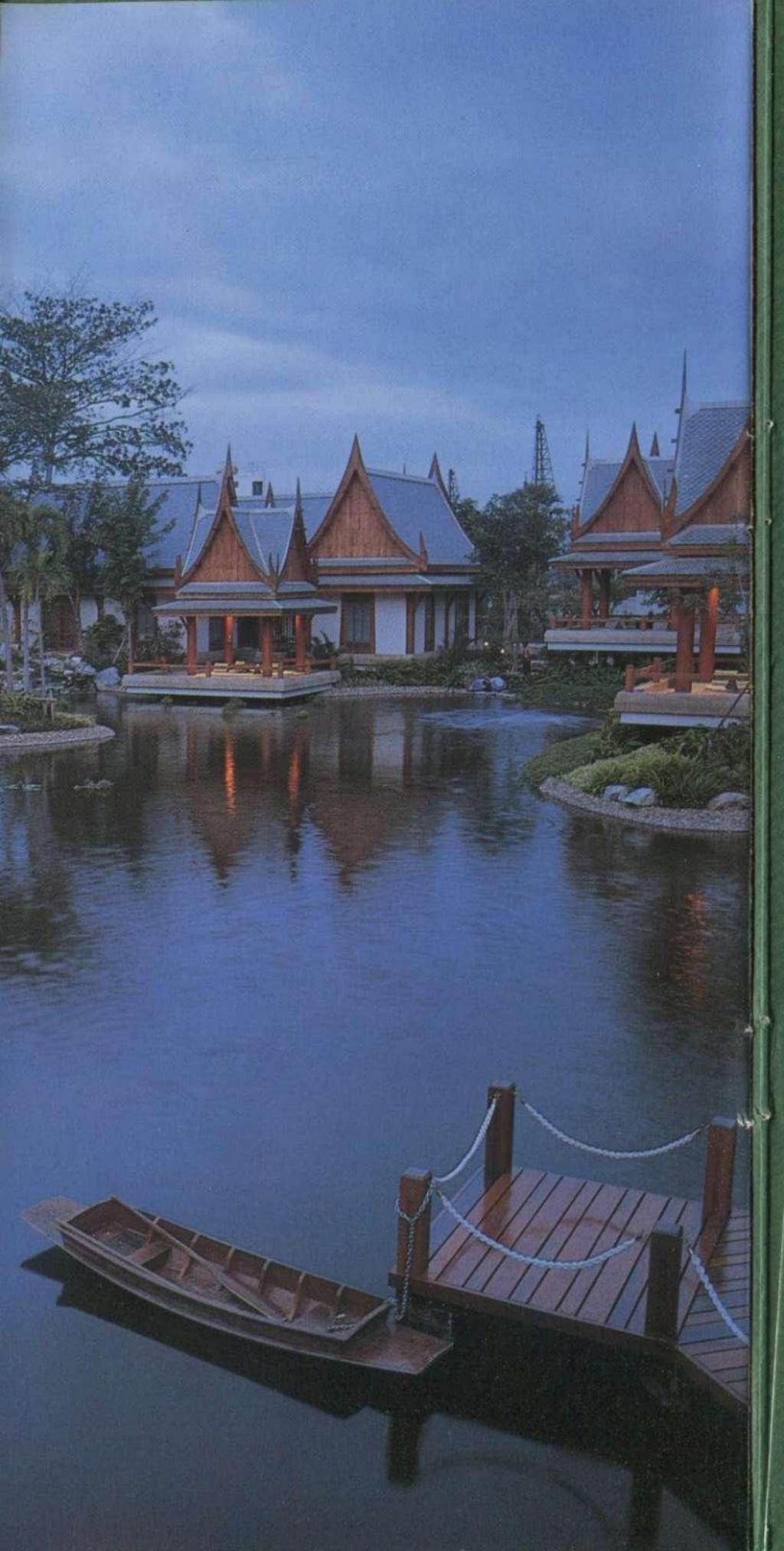


For a better way of life.

Guests come to Chiva-Som with varying intentions: to become healthier and more fit, to be toned, pampered and beautified, to overcome a particular health problem or emotional trauma, or simply to recharge their batteries, relax and enjoy themselves.

Chiva-Som provides the optimum environment and creates the opportunity to acquire a lasting sense of inner peace, contentment and fulfilment.







PRINTED ON RE-CYCLED PAPER



INTERPARAVAN
SILVER HOTELS & RESORTS INTERNATIONAL

Sales and Marketing Offices Worldwide :

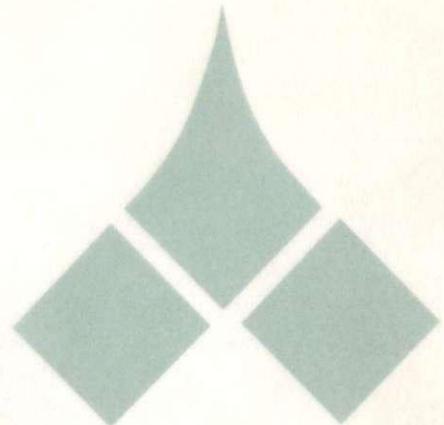
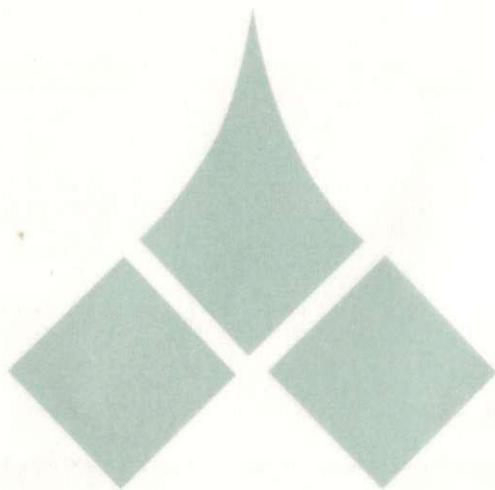
London	Tel : (44-20) 7584 5018 Fax : (44-20) 7725 2680
Dubai	Tel/Fax : (9714) 2279 586
Tokyo	Tel : (813) 3486 5310 Fax : (313) 3499 0158
USA	Tel : (713) 528 7862 Fax : (713) 528 8697

Hua Hin

734 Patalakorn Road, Hua Hin, Prachinburi Khan 77110, Thailand
Tel: (032) 536 536 Fax: (032) 511 154 Email: asian@hivason.co.th

Bangkok Office:

103, 9th, Modern Town Bldg, 87 Sukhumvit 63, Bangkok 10110, Thailand
Tel: 381-4462/63 Fax: 381-5852 Email: bkoff@chivasone.co.th



Our tri-part logo
represents the mind,
body and spirit, the
combined health of which is
the key to personal fulfilment.

Chiva-Som, awarded the top health resort
in the world by Conde Nast Traveller.

The packages include :

3-NIGHT PACKAGE

Daily package plus
1 Oriental Foot Massage
1 Chiva-Som Loofah Scrub

7-NIGHT PACKAGE

Daily package plus
1 Spa Bath
1 Water Floatation Chamber Session
1 Chiva-Som Loofah Scrub
1 Oriental Foot Massage

10-NIGHT PACKAGE

Daily package plus
1 Deluxe Hydrotherapy with Essential Oils
1 Water Floatation Chamber Session
1 Chiva-Som Loofah Scrub
1 Chiva-Som Facial
1 Standard Manicure **OR** Standard Pedicure
1 Shampoo and Blow Dry

14-NIGHT PACKAGE

Daily package plus
1 Deluxe Hydrotherapy with Essential Oils
2 Water Floatation Chamber Sessions
1 Oriental Foot Massage
1 E'Spa Body Polish
1 Thai Body Glow
1 Chiva-Som Facial
1 Shampoo and Blow Dry
1 Deluxe Manicure **OR** Deluxe Pedicure



Haven of Life

GDS SYSTEM REFERENCE CODES

LX

For Small Luxury Hotels



INCORPORATING
SELECT HOTELS & RESORTS INTERNATIONAL

RATES

ARRIVAL AND DEPARTURE

Check-in/Check-out

Check-in time is from 2pm. Check-out is 12 noon.

Special Requests

Should you have any special preferences such as non-allergenic pillows, non-pollinating flower arrangements etc., please feel free to inform us when making your reservation and we will try our best to accommodate you.

Medical Consultation

After your arrival, an appointment will be arranged for you with one of our medical staff. This consultation will include a weight check, blood pressure reading and discussion of your medical history in order to plan the best possible programme for you based on your health.

Deposit

Your booking is guaranteed with any major credit card.

Cancellation

If you must cancel your booking, we can refund your deposit if we have more than 14 days' notice. We regret that cancellations received less than 14 days before arrival will result in forfeiture of any deposit paid.

Rules and Regulations

- Because it is important to create a restful, relaxing atmosphere for all of our members and guests, we regret that we cannot accept children under the age of 16 except for the months of April and October.
- Chiva-Som's healthy, controlled environment has been created to give everyone the best possible benefits. We therefore ask you not to smoke, unless in designated outdoor areas.
- Alcoholic drinks are limited to champagne and wines available in the evening only.
- Use of mobile phones is strictly forbidden.

Gala Dinner

A supplement will apply for the New Year's Eve Gala Dinner.



Chiva-Som International Health Resort

73/4 Petchkasem Road Hua Hin, 77110 Thailand

Tel: (66-32) 536 536 Fax: (66-32) 511-154

<http://www.chivasom.net> / chivasom@ksc9.th.com

Type of Accommodation	Occupancy	Nightly Rate	3-Nights	7-Nights	10-Nights	14-Nights
Ocean View	Single	Thai Baht				
		11,000	33,000	71,610	96,800	127,820
Thai Pavilion (Garden View)	Double (p/p)	8,250	24,750	53,705	72,600	95,865
		13,200	39,600	85,930	116,160	153,385
Herbal Suite (Ocean View)	Single	10,450	31,350	68,030	91,960	121,430
		17,600	52,800	114,575	154,880	204,510
Fragrance Suite (Ocean View)	Double (p/p)	14,850	44,550	96,675	130,680	172,560
		19,800	59,400	128,900	174,240	230,075
Rainforest Suite (Ocean View)	Single	17,050	51,150	110,995	150,040	198,120
		22,000	66,000	143,220	193,600	255,640
Golden Bo Suite (Ocean/Garden View)	Double (p/p)	19,250	57,750	125,320	169,400	233,685
		27,500	82,500	179,025	242,000	319,550
		24,750	74,250	161,125	217,800	287,595

Rates are subject to 21% service charge and V.A.T. All rates are subject to change without prior notice.

Your Nightly Rate Includes the Following Daily Package :

Accommodation, 3 Chiva-Som spa cuisine meals per day, individual health and beauty consultations, choice of daily massage (Thai, Swedish or G.5 Vibro), and participation in the specified fitness & leisure activity programme.

Meeting/Conference Facilities

Chiva-Som can provide private seminars, meeting and conference facilities for up to 25 guests. Audio-visual and other conference equipment are available by special arrangement.

สิ่งที่ต้องเตรียม

ชุดส่วนบนออกกำลังกายรวมทั้งรองเท้า, ถุงเท้า และชุดว่ายน้ำ

เครื่องอ่านวิเคราะห์ความสูงต่ำที่มีไว้ให้บริการ คือ ห้องอบซาวน่า, ห้องอบไอน้ำ, อ่างน้ำawan, ห้องพักผ่อนและเปลี่ยนเสื้อผ้า รวมทั้งห้องอุปกรณ์การออกกำลังกายหลากหลาย, สร่าน้ำในร่มและกลางแจ้ง

อาหารมื้อเที่ยง

เราได้เลือกสรรอาหารที่มีรสชาติดี มีคุณภาพ, แคลอรี่และไขมันต่ำ, ใช้ผักสดจากสวนผักไร้สารพิษของชีวารม

การจอง

กรุณาติดต่อที่ผู้จัดการฝ่ายสปา

รีสอร์ทสุขภาพ ชีวารม โทร. (032) 536536

การจ่ายเงิน

ยินดีให้บริการบัตรเครดิตทุกชนิด

WHAT TO BRING

Sportswear, swimwear, exercise shoes and casual clothes

USE OF FACILITIES

Sauna, steam rooms, jacuzzi, relaxation lounges, changing rooms, supervised gymnasium and fitness classes, bathing pavilion and outdoor swimming pool

LUNCH

Low calorie, nutritious and delicious with fruits and vegetables from Chiva-Som's own organic garden

BOOKINGS

To book our special day packages & mini day packages, please contact Chiva-Som Spa Manager on telephone (032) 536-536

PAYMENT

We accept cash and all major credit cards.



Haven of Life

**SPECIAL DAY
AND
MINI DAY PACKAGE**



Chiva-Som International Health Resort
73/4 Petchkasem Road, HUA HIN, 77110
Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154

Discover the spa inspiration...

DAY PROGRAMMES

Put yourself in the hands of Chiva-Som's experts. Come to be pampered and leave invigorated from the ultimate in day packages for both men and women.

Our selection of programmes allows you to sample the Chiva-Som experience in just one day. While nothing will compare with the benefits of a 3, 5 or 7 night stay at Chiva-Som, our day programmes will give you a "taste" of our luxurious facilities and extensive range of face and body treatments.

Our medical consultants will discuss your programme with you and advise you of other treatments you may wish to try. Additional treatments may be booked on an à la carte basis subject to availability.

Day programmes are available throughout the week from 9am to 8pm. Please book one day in advance.



โปรแกรมรายวัน

ชีวารุณ ยินดีเสนอโปรแกรมพิเศษสุดสำหรับทุกท่าน ซึ่งจะทำให้ท่านรู้สึกผ่อนคลายและสดชื่นเมื่อกลับถึงบ้าน

เราได้เปิดโอกาสให้ท่านมาทดลองใช้บริการของเราโดยไม่ต้องเข้าพัก เพื่อจะได้ลองสัมผัสถึงประสบการณ์ ซึ่งจะสมบูรณ์และได้ผลเต็มที่มากกว่าถ้ามาพักกับเราเป็นเวลา 3, 5 หรือ 7 วัน

ทางแผนกพยาบาลจะให้คำแนะนำและถ้าต้องการ ลองการบำบัดอย่างอื่นเพิ่มเติมจากโปรแกรมพิเศษที่จัดไว้ให้นี้ สามารถจองได้ตามความต้องการ

โปรแกรมรายวัน จัดให้บริการตั้งแต่ 9.00 - 20.00 น.
โปรดจองล่วงหน้า 1 วัน



BEAUTY DAY

- *Blood Pressure and health check-up, program consultation*
30 minutes
- *Skin Analysis and Chiva-Som Facial*
1 hour and 15 minutes
- *Standard Manicure and Pedicure*
1 hour
- *Shampoo and Blow Dry*
45 minutes

Non-Members Bt 4,400

Members Bt 3,100

Prices subject to 10% service charge and applicable government tax.

Chiva-Som International Health Resort

73/4 Petchkasem Road, HUA HIN, 77110

Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154



โปรแกรมเพื่อความงาม

- บริการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับทีมสุขภาพและวัดความดันโลหิตและจัดโปรแกรม 30 นาที
- ตรวจเข็คสภาพผิวและนวดหน้าแบบชีวะศรี 1 ชม. 15 นาที
- ทำเล็บมือ เล็บเท้า 1 ชม.
- สารและไทร์พม 45 นาที

บุคคลทั่วไป	4,400	บาท
สมาชิก	3,100	บาท

ราคานี้ยังไม่รวมค่าบริการ 10% และค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม

ชีวะศรี อินเตอร์เนชันแนล เอสท์ รีสอร์ท

73/4 ถ.เพชรเกษม อ.หัวหิน 77110

โทร. (032) 536-536 แฟกซ์ (032) 511-154



ULTIMATE PAMPERING DAY

- *Blood Pressure and Health Consultation, program consultation.*
30 minutes
- *Skin Analysis and Deluxe Facial + Eye Treatment.*
1 hour and 45 minutes
- *Choice of Thai, Swedish or Aromatherapy Massage.*
1 hour
- *Deluxe Manicure and Pedicure, Shampoo and Blow dry.*
Total 5 hours

Non-Members Bt 7,600

Members Bt 5,700

Prices subject to 10% service charge and applicable government tax.

Chiva-Som International Health Resort

73/4 Petchkasem Road, Hua Hin, 77110

Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154



โปรแกรมพิเศษสุดเพื่อคุณ

- บริการให้คำปรึกษากับทีมสุขภาพ ตรวจวัดความดันโลหิตและจัดโปรแกรม 30 นาที
- ตรวจเข็คสภาพผิวและนวดหน้าและตาแบบดีลักซ์ 1 ช.m. 45 นาที
- นวดไทยแผนโบราณหรือนวดด้วยแบบสวีดิช หรือการนวดแบบโรม่า 1 ช.m.
- ทำเล็บมือเล็บเท้าแบบดีลักซ์เคลือบพาราฟิน สาร, ไดร์ฟน และจบด้วยการแต่งหน้า 5 ช.m.

บุคคลทั่วไป 7,600 บาท

สมาชิก 5,700 บาท

ราคานี้ยังไม่รวมค่าบริการ 10% และค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม

ชีวารม อินเตอร์เนชั่นแนล เอลท์ รีสอร์ท

73/4 ถ.เพชรเกษม อ.หัวหิน 77110

โทร. (032) 536-536 แฟกซ์ (032) 511-154



REJUVENATION DAY

- *Blood Pressure and Health Consultation program consultation.*
30 minutes
- *Spa Bath.*
30 minutes
- *Thai Body Glow.*
1 hour
- *Swedish Massage.*
1 hour

Non-members *Bt 5,000*

Members *Bt 3,750*

Prices subject to 10% service charge and applicable government tax.

Chiva-Som International Health Resort
73/4 Petchkasem Road, Hua Hin, 77110
Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154



โปรแกรมเพื่อความสุขชีน

- บริการให้คำปรึกษากับทีมสุขภาพและวัดความดันโลหิตและจัดโปรแกรม 30 นาที
- นวดตัวด้วยน้ำ 30 นาที
- พอกตัวด้วยโคลน 1 ชม.
- นวดตัวแบบสวีดิช 1 ชม.

บุคคลทั่วไป	5,000	บาท
สมาชิก	3,750	บาท

ราคานี้ยังไม่รวมค่าบริการ 10% และค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม

ชีวารม อินเตอร์เนชันแนล เอสท์ รีสอร์ท
73/4 ถ.เพชรเกษม อ.หัวหิน 77110
โทร. (032) 536-536 แฟกซ์ (032) 511-154



HOLISTIC DAY

- *Blood Pressure and Health Consultation program consultation.*
30 minutes
- *Niagara Spa Bath.*
30 minutes
- *Aromatherapy Massage.*
1 hour
- *Aromatherapy Facial.*
1 hour
- *Choice of Oriental Foot Massage or Floatation.*
45 minutes

Non-Members Bt 6,750

Members Bt 4,750

Prices subject to 10% service charge and applicable government tax.

Chiva-Som International Health Resort
73/4 Petchkasem Road, Hua Hin, 77110
Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154



โปรแกรมเพื่อความสมดุลย์ระหว่างกายและใจ

- บริการให้คำปรึกษากับทีมสุขภาพ และตรวจวัดความดันโลหิต 30 นาที
- การนวดโดยให้แรงน้ำอุ่นในอ่างในการ 30 นาที
- การนวดด้วยหัวน้ำมันหอมระ夷 1 ชม.
- การนวดหน้าแบบอโรม่า 1 ชม.
- การนวดกดจุดบริเวณฝ่าเท้า หรือ การลอยด้วย 45 นาที

บุคคลทั่วไป 6,750 บาท

สมาชิก 4,750 บาท

ราคานี้ยังไม่รวมค่าบริการ 10% และค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม

ชีวารม อินเตอร์เนชันแนล เอลท์ รีสอร์ท

73/4 ถ.เพชรเกษม อ.หัวหิน 77110

โทร. (032) 536-536 แฟกซ์ (032) 511-154



A combination of the following packages will enhance your wellbeing and complete your stay in Thailand:

Three Program Packages

- *Holistic Day*
- *Detoxifying Day*
- *Fitness Day*

Non-members Bt 17,300

Members Bt 13,050

Five Program Packages

- *Holistic Day*
- *Detoxifying Day*
- *Fitness Day*
- *Rejuvenation Day*
- *Beauty Day*

Non-members Bt 26,750

Members Bt 19,250

Prices subject to 10% service charge and applicable government tax.

Chiva-Som International Health Resort
73/4 Petchkasem Road, Hua Hin, 77110
Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154



ท่านสามารถเลือกโปรแกรมเป็นชุดสามชุดหรือ
ห้าชุดเพื่อให้รู้สึกผ่อนคลายและสนับสนุนอย่างเต็มที่

โปรแกรม 3 ชุด

- โปรแกรมเพื่อความสมดุลย์ระหว่างกายและใจ
- โปรแกรมเพื่อขัดพิษ
- โปรแกรมเพื่อสุขภาพ

บุคคลทั่วไป 17,300 บาท

สมาชิก 13,050 บาท

โปรแกรม 5 ชุด

- โปรแกรมเพื่อความสมดุลย์ระหว่างกายและใจ
- โปรแกรมเพื่อขัดพิษ
- โปรแกรมเพื่อสุขภาพ
- โปรแกรมเพื่อความสดชื่น
- โปรแกรมเพื่อความงาม

บุคคลทั่วไป 26,750 บาท

สมาชิก 19,250 บาท

ราคานี้ยังไม่รวมค่าบริการ 10% และค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม

ชีวารม อินเตอร์เนชันแนล เอลท์ รีสอร์ท

73/4 ถ.เพชรเกษม อ.หัวหิน 77110

โทร. (032) 536-536 แฟกซ์ (032) 511-154



โปรแกรมขัดพิษ

- บริการให้คำปรึกษากับทีมสุขภาพและวัดความดันโลหิตและจัดโปรแกรม 30 นาที
- การขัดตัว (รวมนวดตัวด้วยน้ำ)
1 ชม.
- การพอกตัวเพื่อขัดพิษและสิงเสีย
1 ชม.
- การนวดไทยแผนโบราณ
1 ชม.
- การนวดกดจุดบริเวณฝ่าเท้า
45 นาที

บุคคลทั่วไป 6,400 บาท

สมาชิก 4,700 บาท

ราคานี้ยังไม่รวมค่าบริการ 10% และค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม

ชีวกรรม อินเตอร์เนชันแนล เอสท์ รีสอร์ท

73/4 ถ.เพชรเกษม อ.หัวหิน 77110

โทร. (032) 536-536 แฟกซ์ (032) 511-154



DETOXIFYING DAY

- *Blood Pressure and Health Consultation program consultation.*
30 minutes
- *Body Polish to exfoliate the body (including Spa Bath).*
1 hour
- *Detoxifying Body Wrap.*
1 hour
- *Thai Massage.*
1 hour
- *Oriental Foot Massage.*
45 minutes

Non-members *Bt 6,400*

Members *Bt 4,700*

Prices subject to 10% service charge and applicable government tax.

Chiva-Som International Health Resort

73/4 Petchkasem Road, Hua Hin, 77110

Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154



FITNESS DAY

- *Blood Pressure and Health Consultation*
Cholesterol & Glucose blood tests
to be done in the morning, before
breakfast, for maximum results.
30 minutes
- *Health & Fitness Assessment.*
1 hour
- *Personal Exercise Session.*
1 hour
- *Body Blitz Hydrotherapy Treatment.*
20 minutes
- *Swedish or G5 Vibro Massage.*
1 hour or 40 minutes

Non-members Bt 7,200

Members Bt 5,050

Prices subject to 10% service charge and applicable government tax.

Chiva-Som International Health Resort
73/4 Petchkasem Road, Hua Hin, 77110
Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154



โปรแกรมเพื่อสุขภาพ

- บริการให้คำปรึกษา กับทีมสุขภาพ และวัดความดันโลหิต ตรวจเลือดหาระดับโคเลสเตอรอล และน้ำตาล ก่อนรับประทานอาหารและจัดโปรแกรม 30 นาที
- ประเมินสมรรถภาพของร่างกาย 1 ชม.
- จัดโปรแกรมและทำการออกกำลังกายเฉพาะบุคคล 1 ชม.
- การใช้แรงฉีดน้ำเพื่อช่วยลดไขมัน 20 นาที
- นวดตัวแบบสวีดิช 1 ชม.
- หรือ นวดตัวด้วยเครื่อง 40 นาที

บุคคลทั่วไป 7,200 บาท
สมาชิก 5,050 บาท

ราคานี้ยังไม่รวมค่าบริการ 10% และค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม

ชีวารม อินเตอร์เนชันแนล เอสท์ รีสอร์ท

73/4 ถ.เพชรเกษม อ.หัวหิน 77110

โทร. (032) 536-536 แฟกซ์ (032) 511-154



โปรแกรมรายวันชุดเล็ก

โปรแกรมประสบการณ์แบบชีวารม 2 ชั่วโมง 45 นาที

โปรแกรมนี้เริ่มด้วยการขัดตัวด้วยสมุนไพรไทย จากนั้นผ่อนคลายด้วยการบำบัดด้วยน้ำเพื่อบาñoร่างกาย และผ่อนคลายความปวดเมื่อยของกล้ามเนื้อ ต่อจากนั้นตามด้วยการพอกตัวด้วยผลไม้สด เพื่อให้ความชุ่มชื้นกับผิวพรรณของคุณ การนวดหนังศีรษะช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด จบโปรแกรมนี้ด้วยการนวดเท้า ซึ่งโปรแกรมนี้จะทำให้คุณรู้สึกสบายตั้งแต่ศีรษะจรดเท้า

บุคคลทั่วไป	4,850	บาท
สมาชิก	3,350	บาท

โปรแกรมความสุขสำหรับคู่รัก 3 ชั่วโมง

โปรแกรมโรแมนติกนี้สำหรับทำทรีทเม้นต์พร้อมกัน 2 ท่าน เริ่มการผ่อนคลายด้วยการนวดไทย จากนั้นตามด้วยการนวดหน้าโดยใช้ผลิตภัณฑ์ของเอสป้า เพื่อให้ความชุ่มชื้น และช่วยปรับสภาพผิวหน้า ต่อด้วยการทำเล็บมือหรือเล็บเท้าแบบดีลักซ์ ซึ่งจะทำให้คุณทั้งสองรู้สึกสดชื่น

บุคคลทั่วไป	8,450	บาท
สมาชิก	5,950	บาท

ชีวารม อินเตอร์เนชันแนล เอสท์ รีสอร์ท

73/4 ถ.เพชรเกษม อ.หัวหิน 77110
โทร. (032) 536-536 แฟกซ์ (032) 511-154



MINI DAY PROGRAMMES

CHIVA-SOM EXPERIENCE (2 HOURS 45 MINS)

*This heavenly package begins with a **Thai Herbal Body Rub** and relaxation in a **Spa Bath** to warm and relax aching muscles. Following an application of a **Fresh Fruit Body Mask** to calm and moisture your skin, your scalp is massaged to help release tension. An **Oriental Foot Massage** completes the programme to make you feel pampered, from head to toe.*

*Non-members Bt 4,850
Members Bt 3,350*

REVEL IN ROMANCE (3 HOURS) (For two people)

*This romantic programme for two involves all treatments being carried out, side by side. Beginning with a relaxing **Thai Massage** to promote total relaxation, you are then able to experience an **ESPA Aromatherapy Facial** to moisturise and rebalance the skin. A choice of a **Deluxe manicure or Deluxe Pedicure** follows to make you both look and feel radiant.*

*Non-members Bt 8,450
Members Bt 5,950*

Prices subject to 10% service charge and applicable government tax.

Chiva-Som International Health Resort
73/4 Petchkasem Road, Hua Hin, 77110
Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154



โปรแกรมรายวันชุดเล็ก

โปรแกรมคืนความสดชื่นให้กับนักกอล์ฟ 2 1/4 ชั่วโมง

โปรแกรมนี้เริ่มด้วยการนวดด้วยน้ำเพื่อบรรเทาความเมื่อยล้าของร่างกาย ก่อนการนวดหลังด้วยผลิตภัณฑ์ของอสป้า เพื่อผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หลังจากการเล่นกอล์ฟ จากนั้นตามด้วยการทำเล็บมือและเล็บเท้า แบบคีลักษ์ เคลื่อนด้วยพาราฟินอุ่นๆ เพื่อบรรเทาความเหนื่อยและปวดเมื่อยของเท้า

บุคคลทั่วไป 3,750 บาท

สามชิก 2,950 บาท

โปรแกรมเพื่อความสมดุลย์ระหว่างกายและใจ 3 1/4 ชั่วโมง เริ่มโปรแกรมผ่อนคลายกับการนวดแบบโรมานเซอร่าพี ไทยทัล บอดี้แคร์ของอสป้า เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด โปรแกรมนี้จะรวมทั้งการขัดผิวด้วยแปรง การขัดผิวด้วยผลิตภัณฑ์ขัดจากอสป้า และการนวดตัวแบบครบสูตร โดยใช้หัวน้ำมันหอมระเหยเพื่อผ่อนคลาย และคืนสภาพผิวและความรู้สึก จากนั้นตามด้วยการนวดหน้า โดยใช้ผลิตภัณฑ์ของอสป้าเพื่อให้ความชุ่มชื้น และช่วยปรับสภาพผิวหน้า และจบด้วยการทำเล็บมือหรือเล็บเท้าแบบคลิกก้าว ซึ่งจะทำให้คุณรู้สึกสดชื่น

บุคคลทั่วไป 5,300 บาท

สมาชิก 4,200 บาน

โปรแกรมเพื่อพัฒนาความสอดคล้องกับความต้องการของนักเรียน 3 ชั้วโมง โปรแกรมความสอดคล้องนี้ หมายความว่า สำหรับการช่วยส่งเสริมระบบการเพาเพล่าัญและการขับถ่ายของเสีย เริ่มด้วยการนวดตัวด้วยน้ำซึ่งจะทำให้ร่างกายอบอุ่นและผ่อนคลายร่างกาย เพิ่มการหมุนเวียน และเป็นการเริ่มต้นกระบวนการขัดพิษ การขัดด้วยแปรง ตามด้วยผลิตภัณฑ์ของอสป้า เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการพอกตัว ซึ่งการนำบัคนีใช้สำหรับร่ายระบบทองอสป้า ซึ่งมีแร่ธาตุสูง ร่วมกับการนวดหนังศีรษะเพื่อช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ต่อด้วยการนวดตัวขัดพิษด้วยหัวน้ำมันหอมระเหย ดีสำหรับการพัฒนาความสอดคล้อง ถ้าทำครั้งเดียวและถ้าทำเป็นครั้งต่อครั้งจะช่วยในการลดน้ำหนัก

บุคคลทั่วไป 5,200 บาท

สมาชิก 4,150 นาที

ราคานี้ยังไม่รวมค่าบริการ 10% และค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม

ชีวารม อินเตอร์เนชันแนล เอสที รีสอร์ท

73/4 ถ.เพชรเกษม อ.หัวหิน 77110

ໂທ. (032) 536-536 ແກ້ວມະນີ (032) 511-154



MINI DAY PROGRAMMES

GOLFERS REVIVAL

(2 HOURS 15 MINS.)

*The programme tees off with a wonderfully warm and soothing **Hydrotherapy Bath** to relax the body prior to a therapeutic **ESPA Back Treatment** to ease muscles tightened by a round of golf. This is followed by a **Deluxe Pedicure** with an envelopment of warm paraffin wax to relieve those tired, aching feet.*

<i>Non-members</i>	<i>Bt 3,750</i>
<i>Members</i>	<i>Bt 2,950</i>

PURELY HOLISTIC

(3 HOURS 15 MINS.)

*Commence this relaxing programme with an **ESPA Holistic Aromatherapy Total Body Care** to ease away tension. This luxurious treatment includes skin brushing, body polishing and full body massage using essential oils to promote total relaxation and to rejuvenate the senses. Follow this with an **ESPA Aromatherapy Facial** to moisturise and rebalance the skin and finish with a **Deluxe Manicure or Pedicure** to ensure that you look and feel radiant.*

<i>Non-members</i>	<i>Bt 5,300</i>
<i>Members</i>	<i>Bt 4,200</i>

RESTORATIVE SPA TONIC

(3 HOURS)

*A balancing and detoxifying programme ideal to help boost the metabolism and speed up the elimination of toxins. A **Hydrotherapy Bath** warms and relaxes the body, increasing the circulation and beginning the detoxification process. A full body skin brushing with gentle exfoliation follows to prepare the skin for an **ESPA Algae Wrap**, which is a therapeutic treatment using a warm seaweed gel rich in minerals, combined with a full scalp massage to help release tension. Continue the effect with a **Detoxifying Aromatherapy Massage**, ideal as a one-off, pick-me-up or as a course to assist with a healthy eating weight loss programme.*

<i>Non-members</i>	<i>Bt 5,200</i>
<i>Members</i>	<i>Bt 4,150</i>

Prices subject to 10% service charge and applicable government tax.

Chiva-Som International Health Resort

73/4 Petchkasem Road, Hua Hin, 77110

Tel: (032) 536-536 / Fax: (032) 511-154